

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Istri Prajurit yang tinggal di asrama militer akan selalu berhubungan diantara anggota yang tinggal di lingkungan asrama. Hubungan yang sehat adalah tujuan setiap individu untuk mendapatkan kebahagiaan yang saling mendukung satu sama lainnya. Terdapat hubungan resiprokal dan saling menghormati sesuai budaya dan agama, masing-masing mampu menyadari dan memberi respon emosional, dan menerima pengaruh satu dengan yang lain (Gottman, 2011; Greenberg dan Goldman, 2008; Irggain dan Cordova, 2007).

Selama tinggal di asrama Komando Pasukan Khusus (Kopassus) akan menanggung beban tambahan yang harus dihadapi sebagai istri prajurit yaitu beban psikis dan sosial, istri harus mampu menyesuaikan diri dengan ketidakhadiran suami yang menyebabkan perasaan kesepian, perpisahan, dan kecemasan akan resiko tugas yang cukup tinggi termasuk di dalamnya risiko kecelakaan maupun kematian pasangan. Beban selanjutnya adalah seorang istri menggantikan peran dan fungsi suami serta ayah yang harus dijalankan dalam keluarga, termasuk peran-peran mengatur urusan rumah tangga dan mengasuh anak di samping tetap menjalankan kegiatan sebagai anggota organisasi Persatuan Istri Tentara (Persit) dan pegawai (bagi yang bekerja). Berkaitan dengan adanya perubahan peran tersebut, maka pada pasangan yang belum menyiapkan diri untuk memperoleh dukungan dari lingkungan sekitar, akan menyebabkan perasaan kehilangan dan terasing dari lingkungan sekitarnya sehingga dapat memunculkan perasaan tidak berdaya, yang berdampak pada gangguan tidur, dan gangguan psikiatri lainnya (Dispen TNI-AD).

Masalah lain yang dihadapi para istri adalah dalam pengasuhan anak akan terganggu akibat kelelahan membagi perhatiannya untuk pendidikan anak, sehingga bagi istri yang belum memiliki anak akan mengalami keadaan kesepian, terlebih di malam hari yang akhirnya dapat memicu pikiran negatif mengenai suaminya. Dampak dari keadaan tersebut dapat menyebabkan para istri ini mudah merasa cemas, cepat tersinggung, fisik yang cepat lelah, sulit berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaannya, cepat putus asa, lebih mudah sedih, tidak bersemangat dan malas beraktivitas, dan lebih mudah marah, tersinggung dalam menghadapi masalah (Tam LW, 1998).

Kecemasan dan depresi merupakan gejala psikopatologi terbesar yang ditemukan pada istri tentara yang tinggal di asrama Kopassus, yaitu 15-40%. Kecemasan dan depresi terjadi karena reaksi kondisi lingkungan yang baru dan berbeda, aturan asrama yang sangat ketat, ditinggal tugas suami, kegiatan persit (persatuan istri tentara) (Ghous at al, 2015). Perlu manajemen yang tepat untuk menangani cemas dan depresi istri tentara yang tinggal di asrama Kopassus. Penatalaksanaan terapi pada istri tentara di asrama yang mengalami cemas dan depresi dilaksanakan dengan psikoterapi. Untuk jenis psikoterapi disini yang akan dilakukan adalah terapi realitas (PDSKJI, 2013).

Berbagai hal yang mempengaruhi cemas dan depresi istri tentara di asrama Kopassus diantaranya yaitu persaingan dengan tetangga asrama, ketidaktahuan istri terhadap kondisi tugas suami di luar, tingkat kepangkatan suami, perlakuan persit senior, sebagai penghuni baru asrama, ditinggal pendidikan kemiliteran suami, peran ganda istri saat ditinggal tugas suami, ketatnya aturan asrama, tetapi berdasarkan data yang terdapat pada bagian kesehatan di Kopassus, dari berbagai faktor yang telah diterangkan sebelumnya yang mendapatkan proporsi besar yaitu ditinggal tugas suami baik tugas luar negeri, tugas luar daerah, tugas di daerah operasi, tugas di daerah perbatasan negara, persaingan dengan tetangga asrama, ditinggal pendidikan kemiliteran, peran ganda istri tentara saat ditinggal tugas suami (Ditkesad, 2014).

Saat ini belum banyak pelaporan tentang intervensi psikoterapi untuk menangani cemas dan depresi istri tentara yang tinggal di asrama Kopassus. Dalam penelitian ini peneliti bermaksud untuk meneliti faktor-faktor yang berpengaruh terhadap cemas dan depresi serta melakukan intervensi psikoterapi pada istri tentara yang tinggal di asrama Kopassus untuk menangani cemas dan depresi yang dialami. Jenis psikoterapi yang dilakukan adalah terapi realitas. Pemilihan terapi realitas dipilih agar pasien dapat meningkatkan copingnya terhadap masalah-masalah yang dihadapi, selain itu untuk membimbing pasien dalam menentukan identitas keberhasilan serta langkah-langkah untuk mendapatkannya. Dengan tercapainya identitas keberhasilan diharapkan dapat memperbaiki cemas dan depresi istri tentara (Corey, G. 2010; Mugo, 2010).

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh terapi realitas terhadap tingkat kecemasan dan depresi istri tentara di asrama Grup 2 Kopassus?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi realitas terhadap tingkat kecemasan dan depresi pada istri tentara di asrama Grup 2 Kopassus.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Manfaat teoritis dari studi ini adalah untuk mengembangkan pengetahuan ilmu psikiatri terutama terapi realitas untuk menangani cemas dan depresi istri tentara di asrama Kopassus.
- b. Dapat menjadi petunjuk dan pedoman sebuah intervensi terapi realitas untuk menangani cemas dan depresi pada istri tentara di asrama Kopassus.

2. Manfaat Praktis

- a. Tersedianya pilihan psikoterapi yang efektif untuk menangani cemas dan depresi istri tentara di asrama Kopassus.
- b. Penggunaan terapi realitas dapat menjadi pilihan psikoterapi untuk menangani cemas dan depresi istri tentara di asrama Kopassus.
- c. Membantu staf psikiatri Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD) dalam memahami peranan psikoterapi realitas untuk menangani cemas dan depresi istri tentara di asrama Kopassus.